



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

RÁBANO

Raphanus sativus

Raphanus sativus, el **rábano**, es una [especie](#) de la familia [Brassicaceae](#) que se cultiva por sus [raíces](#) comestibles. Al ser fáciles de cultivar y rápidos de cosechar, los jardineros novatos suelen plantar rábanos. Otro uso del rábano es como [cobertura](#) o [cultivo intermedio](#) en invierno, o como cultivo de [forraje](#).

Hay ciertas [subespecies](#) que reciben [nombres vulgares](#) diferentes, por ejemplo, *R. sativus* var. *sativus* es el **rábano** o **rabanito** y *R. sativus* var. *longipinnatus* se conoce, entre otros nombres, como **rábano blanco**, **rábano japonés** o **daikon**.

- *Observaciones:* El género [Raphanus](#) podría concebirse como constituido por una sola especie, [Raphanus raphanistrum](#), muy polimorfa, de la que habría surgido por domesticación el rábano cultivado (*Raphanus sativus*) que, aquí, sí se considera una especie³ aunque no esté reconocida aún como tal, y su validez sujeta a revisión.

Índice

- [1 Descripción](#)
- [2 Distribución y hábitat](#)
- [3 Rábano japonés](#)
 - [3.1 Usos](#)
- [4 Taxonomía](#)
- [5 Nombres comunes](#)

Raphanus sativus



Raphanus sativus en [A. Masclef](#), *Atlas des plantes de France*, 1891

Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Orden:	Brassicales
Familia:	Brassicaceae
Género:	Raphanus
Especie:	<i>Raphanus sativus</i> L. , <i>Sp.Pl.</i> , 2, p.669, 1753[1]

[\[editar datos en Wikidata\]](#)

Rábanos, crudos



Valor nutricional por cada 100 g

Energía 16 kcal 66 kJ

<u>Carbohidratos</u>	3.40 g
• Azúcares	1.86 g
• <u>Fibra alimentaria</u>	1.6 g
<u>Grasas</u>	0.10
<u>Proteínas</u>	0.68 g
<u>Agua</u>	95.27 g
<u>Tiamina (vit. B₁)</u>	0.012 mg (1%)
<u>Riboflavina (vit. B₂)</u>	0.039 mg (3%)
<u>Niacina (vit. B₃)</u>	0.254 mg (2%)
<u>Vitamina B₆</u>	0.071 mg (5%)
<u>Vitamina C</u>	17.2 mg (29%)
<u>Vitamina K</u>	1.3 µg (1%)

Calcio	25 mg (3%)
Hierro	0.34 mg (3%)
Magnesio	10 mg (3%)
Fósforo	20 mg (3%)
Potasio	233 mg (5%)
Sodio	39 mg (3%)
Zinc	0.28 mg (3%)

% de la cantidad diaria recomendada para adultos.

Fuente: [Rábanos, crudos](#) en la base de datos de nutrientes de [USDA](#).



Flores.



Rábanos rojos.

Descripción

[Planta anual](#) o [bienal](#) de [raíz axonomorfa](#). Tallo de 20-100 cm, erecto, poco ramificado, glabro o algo hispido en la base. Hojas basales de hasta 30cm, [pecioladas](#), en rosetas, lirado-pinnatisectas, con 2-3 pares de segmentos

laterales y uno terminal de mayor tamaño, sub-orbicular; las superiores, de ovadas a oblongo-lanceoladas. Racimos de 10-50 flores con [pedicelos](#) de 5-15 mm en la antesis, 10-30 en la fortificación. [Sépalos](#) de 6-11 mm y [pétalos](#) 15-20 mm, blanco-rosados o violetas más o menos veteados. Los frutos son [silicuas](#) indehiscentes de 30-60 por 6-12 mm, erecto-patentes con artejo valvar residual de 1,5-2,5 mm, sin [semilla](#), raramente monospermo y el superior de 25-70 por 8-15 mm, cilíndrico, longitudinalmente estriado, con 2-10 semillas y terminado en un pico cónico de 10-15 mm. Dichas semillas, de 3-4 mm, de contorno elipsoidal truncado, reticulada-estriadas y de color verde cuando son inmaduras y que se tornan pardas en la madurez, están inmersas en un tupido tejido esponjoso blanco que se desarrolla durante esta maduración. ³

Distribución y hábitat

Originaria de [Eurasia](#) y o del [Mediterráneo](#) oriental, introducido y cultivado en casi todo el mundo.

A veces escapado de cultivo en cunetas, ribazos y baldíos. Crece desde el nivel del mar hasta 1300 m de altitud, y florece todo el año. ³

Rábano japonés



Daikon *in situ*

El **daikon** (大根, literalmente "gran raíz"), **rábano daikon**, **rábano chino** ([chino](#): 白萝卜; [pinyin](#): báilóbo; literalmente "rábano blanco"), o **mooli** es un rábano blanco gigante del Oriente de [Asia](#), de sabor ligero. Existen muchas variedades de daikon, pero el más común tiene forma de [zanahoria](#) gigante, aproximadamente de 20 a 35 [cm](#) de largo y de 5 a 10 cm de diámetro.

Usos [\[editar\]](#)

El *daikon* es parte esencial de la [comida japonesa](#) siendo usado como [aderezo](#) para muchos platos como [sushi](#) o como [vegetal](#) cocido a fuego lento. También es usado como aderezo para acentuar el sabor en las sopas como la [sopa de miso](#). Es acompañado con el [tempura](#), para mezclarse con la salsa; con [salsa de soya](#), es servido con las [hamburguesas](#) de estilo japonés. El daikon picado y seco es llamado kiriboshi daikon (切干大根), literalmente daikon cortado y secado). [Takuan](#) es un producto popular de daikon adobado en sal y salvado de arroz. ^{[[cita requerida](#)]}

Las hojas frescas de *daikon* se toman como [vegetales](#). Asimismo como germinados de rabanito, o brotes de rabanito *kaiware* -en japonés- tiene sus adeptos.

Taxonomía

Raphanus sativus fue descrito por [Carlos Linneo](#) y publicado en [Species Plantarum](#) 2: 669. 1753.

Etimología

Raphanus: nombre genérico que deriva del Griego *ράφανος* y luego el Latín *răphănus* que designaba el *Raphanus sativus* y sus variedades, en particular la variedad *niger*, en la antigüedad, y viene descrito en la [Naturalis Historia](#) (19, XXVI, 80) de [Plinio el Viejo](#).

sativus: [epíteto latino](#) que significa "cultivado".

Sinonimia

- *Raphanus taquetii* [H.Lév.](#)
- *Raphanus sativus* subsp. *esculentus* [Metzq.](#)
- *Raphanus sativus* var. *hortensis* [Backer](#)
- *Raphanus sativus* var. *niger* ([Mill.](#)) [J.Kern.](#)
- *Raphanus sativus* subsp. *sinensis* [Sazonova](#) & [Stank.](#)
- *Raphanus sativus* var. *raphanistroides* ([Makino](#)) Makino
- *Raphanus sativus* f. *raphanistroides* Makino
- *Raphanus sativus* var. *radicula* [Pers.](#)
- *Raphanus sativus* var. *macropodus* (H. Lév.) Makino
- *Raphanus sativus* var. *longipinnatus* [L.H.Bailey](#)
- *Raphanus raphanistrum* subsp. *sativus* [Schmalh.](#)
- *Raphanus raphanistrum* var. *sativus* (L.) [Domin](#)
- *Raphanus raphanistrum* var. *sativus* (L.) [Beck](#)
- *Raphanus raphanistroides* (Makino) [Nakai](#)
- *Raphanus macropodus* H. Lév.
- *Raphanus candidus* [Vorosc](#)
- *Raphanus acanthiformis* var. *raphanistroides* (Makino) [Hara](#)
- *Raphanus acanthiformis* [J.M.Morel](#) ex [Sasaki](#)
- *Raphanus avemuscande* [J.A.L.](#)

Nombres comunes

Castellano: erradil, rabaneta (3), rabanete, rabanilla, rabanillo, rabanita, rabanito (4), rabanitos, rabaniza blanca, rabino, rábanito, rábano (28), rábano blanco, rábano blanco redondo, rábano castellano, rábano colorado redondo, rábano común, rábano encarnado, rábano granadino, rábano largo, rábano macho, rábano pajizo, rábano redondo, rábano silvestre (2), rábanos (7), zanahoria. Entre paréntesis, la frecuencia del vocablo en [España](#).